

**KAJIAN KONDISI PENGETAHUAN GIZI DAN POLA KONSUMSI  
TERHADAP POLA PANGAN HARAPAN (PPH) DI DESA CILAMAYA  
HILIR KABUPATEN SUBANG JAWA BARAT**

---

**TUGAS AKHIR**

---

*Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Kelulusan Sarjana Teknik  
Program Studi Teknologi Pangan*

Oleh :  
**Ardelia Fatma Yuliansyah**  
**13.302.0080**



**PROGRAM STUDI TEKNOLOGI PANGAN  
FAKULTAS TEKNIK  
UNIVERSITAS PASUNDAN  
BANDUNG  
2017**

**KAJIAN KONDISI PENGETAHUAN GIZI DAN POLA KONSUMSI  
TERHADAP POLA PANGAN HARAPAN (PPH) DI DESA CILAMAYA  
HILIR KABUPATEN SUBANG JAWA BARAT**

---

**TUGAS AKHIR**

---

*Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Kelulusan Sarjana Teknik  
Program Studi Teknologi Pangan*

**Oleh :**  
**Ardelia Fatma Yuliansyah**  
**13.302.0080**

**Diperiksa dan disetujui oleh :**

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

**Dr. Tantan Widiantera, ST., MT.**

**Dr. Ir. Nana Sutisna Achyadi, MP.**

## DAFTAR ISI

<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>ix</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>x</b>
<b>I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1.Latar Belakang .....	1
1.2.Identifikasi Masalah.....	7
1.3.Maksud dan Tujuan Penelitian.....	7
1.4.Manfaat Penelitian .....	7
1.5.Kerangka Pemikiran.....	7
1.6.Hipotesis Penelitian.....	13
1.7.Tempat dan Waktu Penelitian .....	13
<b>II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>14</b>
2.1. Gambaran Umum Desa Cilamaya Hilir Kecamatan Blanakan .....	14
2.2. Demografi Desa Cilamaya Hilir Kecamatan Blanakan .....	15
2.3. Pola Konsumsi Pangan.....	19
2.4. Faktor Yang Memengaruhi Pola Konsumsi.....	24
2.5. Pola Pangan Harapan (PPH) .....	25
2.6. Rumus-rumus yang Digunakan untuk Menghitung Pola Pangan Harapan (PPH).....	28
<b>III BAHAN DAN METODE PENELITIAN .....</b>	<b>32</b>
3.1. Alat Penelitian.....	32
3.2. Metode Penelitian.....	32
3.2.1. Penelitian Pendahuluan .....	32
3.2.2. Penelitian Utama .....	32
3.2.2.1. Metode Menghitung Skor dan Komposisi PPH Aktual .....	33
3.3. Prosedur Penelitian.....	36

<b>IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>40</b>
4.1. Penelitian Pendahuluan .....	40
4.1.1. Umur Responden.....	40
4.1.2. Pendidikan Responden .....	42
4.1.3. Pekerjaan Responden .....	44
4.2. Penelitian Utama .....	46
4.2.1. Pengetahuan Gizi Responden.....	47
4.2.2. Sikap Responden dan Pola Konsumsi Responden .....	52
<b>V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>65</b>
5.1. Kesimpulan .....	65
5.2. Saran.....	65
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>66</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>71</b>

## ABSTRAK

Desa Cilamaya Hilir, Subang merupakan desa hasil pemekaran dari Desa Cilamaya Girang pada tahun 1983. Penelitian ini dilakukan guna mengetahui keadaan keragaman konsumsi pangan dengan metode Pola Pangan Harapan (PPH) yang dinilai dari kondisi pengetahuan gizi dan pola konsumsi masyarakat di desa tersebut. Maksud penelitian ini adalah untuk mengkaji dan menghitung nilai Pola Pangan Harapan (PPH) terkait kondisi pengetahuan gizi dan pola konsumsi di Desa Cilamaya Hilir Kecamatan Blanakan Subang. Tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui dan mempelajari nilai Pola Pangan Harapan (PPH) terkait kondisi pengetahuan gizi dan pola konsumsi di Desa Cilamaya Hilir Kecamatan Blanakan Subang, Jawa Barat 2017/2018. Penelitian ini dilakukan metode *cluster sampling* dimana populasi dalam penelitian ini adalah jumlah kepala keluarga (KK) yang berada di Desa Cilamaya Hilir sebanyak 1073 KK dengan jumlah sampel 145 KK. Metode pengolahan data menggunakan Ms. Excel 2010 dan SPSS 21, sedangkan untuk pola konsumsi menggunakan metode pencatatan dan metode *food recall* 24 jam agar dapat dihitung kebutuhan energi dari pola konsumsi individu dalam rumah tangga dengan menggunakan Daftar Komposisi Bahan Makanan (DKBM). Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa keragaman konsumsi pangan dengan metode Pola Pangan Harapan (PPH) didapat skor PPH sebesar 89 yang dikategorikan baik keragaman konsumsi pangannya untuk masyarakat Desa Cilamaya Hilir.

Kata kunci : Pengetahuan Gizi, Pola Konsumsi, Pola Pangan Harapan (PPH).

## *Abstract*

*Cilamaya Hilir village district Subang is the expansion of Cilamaya Girang in 1983. This study was conducted to determine the state of diversity of food consumption with Desirable Dietary Pattern method assessed from the condition of nutrition knowledge and consumption patterns Cilamaya Hilir people. Purpose of this study was to reviewing and calculate Desirable Dietary Pattern value related nutrition knowledge condition and consumption patterns in the Cilamaya Hilir village Blanakan district Subang. The purpose of this study was to knowing and learning Desirable Dietary Pattern value related nutrition knowledge condition and consumption patterns in the Cilamaya Hilir village Blanakan district Subang, West Java 2017/2018. This research was carried out cluster sampling method where the population in this study is the number of families in the village of Cilamaya Hilir many as 1073 families with a sample of 145 households. Method processing data used Ms. Excel 2010 and SPSS 21, as for the consumption patterns using the method of recording, 24 hour food recall method to count energy need consumption patterns of individuals in the household by using DKBM. The result of this study indicate that the diversity of food consumption by the method of Desirable Dietary Pattern obtained a score of 89 categorized good that diversity of food consumption for Cilamaya Hilir village people.*

*Keyword: Consumption Pattern, Desirable Dietary Pattern, Nutrition Knowledge.*

## **I PENDAHULUAN**

Bab ini akan menguraikan mengenai: (1) Latar belakang, (2) Identifikasi masalah, (3) Maksud dan Tujuan Penelitian, (4) Manfaat Penelitian, (5) Kerangka Pemikiran, (6) Hipotesis Penelitian, (7) Tempat dan Waktu Penelitian.

### **1.1.Latar Belakang**

Di Indonesia telah terjadi perubahan pola konsumsi pangan masyarakat, menurut hasil penelitian Sawit, dkk. pada 1997 menunjukkan bahwa terdapat pergeseran pangsa pengeluaran pangan sumber karbohidrat dan meningkatnya pangsa pengeluaran sumber protein. Pola konsumsi makanan/pangan adalah susunan makanan yang merupakan suatu kebiasaan yang dimakan seseorang mencakup jenis dan jumlah bahan makanan rata-rata orang per hari yang umum dikonsumsi atau dimakan penduduk dalam jangka waktu tertentu (PERSAGI, 2009).

Pola konsumsi pangan di Indonesia masih banyak mengandalkan padi-padian terutama beras sebagai sumber energi. Rata-rata konsumsi pangan masyarakat telah mencapai tingkat konsumsi energi minimum 2.000 kalori/kapita/hari. Namun demikian, konsumsi dari sumber pangan lain seperti kacang-kacangan, daging, ikan, buah-buahan, sayur-sayuran, masih tetap rendah yaitu di bawah kebutuhan minimal (<70% AKG), yang berarti terjadi ketidakseimbangan pola konsumsi pangan penduduk (Riskedas, 2010).

Akibat kurang seimbangnya pola konsumsi pangan, maka penyakit kekurangan gizi pada ibu dan anak-anak Indonesia masih cukup tinggi terutama di

daerah yang mempunyai daya jangkau rendah dalam upaya pemenuhan kebutuhan pangan dan gizi, baik daya jangkau fisik maupun daya jangkau ekonomi (Deptan RI, 1995a dan 1995b). Kesehatan ibu dan anak merupakan cikal bakal pembangunan sumberdaya manusia (SDM), dan untuk mengatasi hal tersebut diperlukan suatu terobosan yang harus dipecahkan secara multi sektoral, antara lain dengan meningkatkan pola konsumsi pangan yang sesuai dengan potensi daerah masing-masing (BBKP, 2005).

Pola konsumsi pangan dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu tipe daerah, tingkat pendapatan, golongan pengeluaran, tingkat konsumsi, letak strategis, dan budaya daerah setempat. Tingkat pendapatan mempengaruhi daya beli masyarakat dan dapat menentukan pangan apa yang dapat dikonsumsi guna memenuhi kebutuhan hidupnya. Pola konsumsi pangan Indonesia keragamannya berbeda menurut tipe daerah, musim, dan karakteristik sosial ekonomi (Nurfarma, 2005). Umumnya daerah pedesaan berperan sebagai konsumen sekaligus produsen yang menghasilkan pangan, sedangkan daerah perkotaan merupakan daerah konsumen.

Akibat peningkatan kesejahteraan, ada indikasi perubahan pola konsumsi pangan yaitu mengurangi pangan sumber karbohidrat dan meningkatkan pangan sumber protein, vitamin, dan mineral. Namun perubahan pola konsumsi tidak hanya ditentukan oleh faktor pendapatan tetapi juga pengetahuan masyarakat akan pangan dan gizi. Konsumsi makanan yang beragam, bergizi, dan aman dapat memenuhi kecukupan gizi individu untuk tumbuh dan berkembang. Gizi pada ibu hamil sangat berpengaruh pada perkembangan otak janin, sejak dari minggu keempat pembuahan sampai lahir dan anak berusia 2 tahun. Sejumlah penelitian telah



menunjukkan peran penting zat gizi tidak saja pada pertumbuhan fisik tetapi juga dalam pertumbuhan otak, perkembangan perilaku, motorik, dan kecerdasan (Jalal, 2009).

Kurang beragamnya konsumsi pangan akan menyebabkan penurunan mutu gizi konsumsi pangan yang berdampak pada kesehatan (Alicia, 2010). Konsumsi zat gizi yang tidak tercukupi dalam waktu tiga bulan akan mudah mengalami penyakit kekurangan gizi hingga mudah terjadi penyakit infeksi (Widajanti, 2009). Tercapainya penganeekaragaman konsumsi pangan diukur melalui nilai komposisi pola pangan dan gizi seimbang, diimplementasikan dengan skor PPH maksimal 100.

Pola Pangan Harapan (PPH) menurut UU nomor 18 tahun 2012 adalah susunan jumlah pangan yang terdiri dari sembilan kelompok pangan yang didasarkan pada kontribusi energi yang memenuhi kebutuhan gizi secara kuantitas, kualitas, maupun keragaman dengan mempertimbangkan beberapa aspek seperti aspek sosial, ekonomi, budaya, agama, dan cita rasa.

Pola Pangan Harapan atau *Desirable Dietary Pattern* adalah susunan beragam pangan yang didasarkan pada sumbangan energi dari kelompok pangan utama (baik secara absolut maupun relatif) dari suatu pola ketersediaan dan atau konsumsi pangan. FAO-RAPA (1989) mendefinisikan PPH adalah komposisi kelompok pangan utama bila dikonsumsi dapat memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi lainnya. Pola pangan harapan memiliki kekuatan sebagai indikator pembangunan pangan disamping penyediaan, konsumsi, dan diversifikasi pangan.

Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS) sebagai alat pemberi penyuluhan pangan dan gizi dalam rangka memperkenalkan gizi seimbang pada masyarakat. Sejak tahun 1950 telah dikenalkan pedoman pola menu seimbang berupa 4 Sehat 5 Sempurna, namun pada tahun 2015 diganti menjadi B2SA yaitu Beragam, Bergizi, Seimbang dan Aman (Almatsier, 2005). Pengetahuan gizi juga dapat mempengaruhi konsumsi pangan seseorang. Dimana tingkat pengetahuan gizi seseorang akan memengaruhi dalam pemilihan bahan makanan dan konsumsi pangan yang tepat, beragam, berimbang, serta tidak menimbulkan penyakit (Dewi, 2013).

Pengetahuan gizi meliputi pengetahuan tentang makanan dan zat gizi, sumber zat gizi pada makanan, makanan yang akan dikonsumsi, dan cara mengolah makanan yang baik (Nurmaningsih, 2003). Pengetahuan gizi berguna untuk mengolah pangan yang baik supaya mendapatkan gizi yang seimbang, agar tidak menyebabkan kurangnya gizi. Pengetahuan gizi seseorang dapat diperoleh dari pengalaman, kerabat dekat dan media masa. Hal ini dapat membentuk keyakinan yang menjadi perilaku nyata dalam pemenuhan zat gizi.

Gizi seimbang dilihat dari jumlah pangan yang dikonsumsi dan keragaman pangan, hal ini akan memenuhi keragaman zat gizi. Pola Pangan Harapan sebagai acuan untuk menilai tingkat keragaman konsumsi pangan dengan skor ideal 100 guna memenuhi zat gizi yang ideal. Skor Pola Pangan Harapan mencerminkan mutu gizi konsumsi pangan dan tingkat keragaman konsumsi pangan yang karenanya juga kebutuhan zat gizi lainnya dapat terpenuhi.

Berdasarkan rekomendasi Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi/WNPG X tahun 2012, terjadi peningkatan Angka Kecukupan Energi (AKE) rata-rata penduduk Indonesia yang sebelumnya adalah 2000 kkal/kap/hari menjadi 2150 kkal/kap/hari, sedangkan Angka Kecukupan Protein (AKP) ditingkat konsumsi adalah sebesar 55,9 gram/kap/hari (BBKP, 2005).

Desa Cilamaya Hilir adalah desa hasil pemekaran dari Desa Cilamaya Girang Kecamatan Blanakan pada tahun 1983. Desa Cilamaya Hilir merupakan wilayah dataran rendah dengan luas 303,650 ha/m<sup>2</sup> yang terbagi atas luas pemukiman 56,140 ha/m<sup>2</sup>, luas persawahan 245,350 ha/m<sup>2</sup>, dan sisanya terbagi untuk perkebunan, makam, pekarangan, dan perkantoran. Keadaan alam Desa Cilamaya Hilir sangat berpotensi karena merupakan daerah pertanian, peternakan, perkebunan, serta sangat mendukung untuk pengembangan ekonomi masyarakat.

Keadaan Desa Cilamaya Hilir yang merupakan desa pemekaran belum dapat sepenuhnya menyejahterakan warganya karena terhambat oleh permasalahan yang dihadapi seperti pendidikan, sarana prasarana, kesehatan, ekonomi, dan bencana alam. Masalah kesehatan terutama dipengaruhi dari pola konsumsi pangan masyarakatnya yang belum memenuhi syarat Pedoman Umum Gizi Seimbang yaitu Beragam, Bergizi, Seimbang dan Aman.

PERPRES No. 22/2009 tentang Percepatan Penganekaragaman Konsumsi Pangan berbasis Sumber Daya Lokal yang merupakan penyempurnaan dari Inpres No. 20 tahun 1979 telah mencanangkan upaya penganekaragaman jenis pangan dan meningkatkan mutu gizi baik secara kualitas maupun kuantitas sebagai usaha untuk meningkatkan mutu sumber daya manusia. Kesejahteraan masyarakat dapat dilihat

melalui kemampuan secara ekonomi, peningkatan pendapatan yang digunakan untuk memenuhi kebutuhan sandang, pangan, papan, pendidikan, dan pelayanan kesehatan akan mencerminkan adanya perbaikan kesejahteraan dan meningkatkan gizi masyarakat (Budi, 2005).

Kesejahteraan masyarakat di desa yang terbentuk dari hasil pemekaran pada umumnya belum ideal karena kebijakan pemerintah desa yang baru belum optimal dan tidak tersebar secara merata sehingga perlu dilakukan peningkatan dan ditindaklanjuti. Akibatnya berpengaruh pada pengetahuan gizi masyarakat yang masih kurang sehingga berdampak pada pola konsumsi masyarakat desa yang belum beragam (Baliwati, 2015).

Sebab terjadinya penurunan kesejahteraan masyarakat desa diantaranya kenaikan harga BBM sejak tahun 2005 mempengaruhi harga pangan yang menyebabkan penurunan daya beli masyarakat dari segi kualitas dan kuantitas. Dalam jangka pendek hal ini dapat menurunkan produktivitas kerja dan dalam jangka panjang mempengaruhi status gizi dan kesehatan masyarakat terutama anak balita dan ibu hamil/menyusui (Nurfatma, 2005).

Persentase pengeluaran untuk konsumsi pangan berbeda antara daerah perkotaan dan pedesaan, pada tahun 1999 persentase pedesaan sebesar 63,38 dan perkotaan sebesar 70,33. Persentase pengeluaran untuk konsumsi pangan tahun 1993, 1996, dan 1999 terus meningkat seiring dengan menurunnya persentase pengeluaran untuk konsumsi bukan pangan di daerah perkotaan dan pedesaan (Nurfarma 2005).

## **1.2. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang penelitian di atas, dapat diidentifikasi masalah yaitu bagaimana Kondisi Pengetahuan Gizi dan Pola Konsumsi Terhadap Pola Pangan Harapan (PPH) di Desa Cilamaya Hilir Kecamatan Blanakan Kabupaten Subang, Jawa Barat Tahun 2017/2018?

## **1.3. Maksud dan Tujuan Penelitian**

Maksud penelitian ini adalah untuk mengkaji dan menghitung nilai Pola Pangan Harapan (PPH) terkait kondisi pengetahuan gizi dan pola konsumsi di Desa Cilamaya Hilir Kecamatan Blanakan Subang, Jawa Barat Tahun 2017/2018.

Tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui dan mempelajari nilai Pola Pangan Harapan (PPH) terkait kondisi pengetahuan gizi dan pola konsumsi di Desa Cilamaya Hilir Kecamatan Blanakan Subang, Jawa Barat tahun 2017.

## **1.4. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini bermanfaat untuk meningkatkan pola konsumsi yang beragam sesuai dengan pengetahuan gizi dan pola konsumsi masyarakat Desa Cilamaya Hilir dengan harapan menumbuhkan sumberdaya manusia yang lebih berkualitas di masa mendatang.

## **1.5. Kerangka Pemikiran**

Pola Pangan Harapan sebagai acuan untuk menilai tingkat keragaman konsumsi pangan dengan skor ideal 100 (0-100) guna memenuhi zat gizi yang ideal. Skor Pola Pangan Harapan mencerminkan mutu gizi konsumsi pangan dan tingkat keragaman konsumsi pangan yang karenanya juga kebutuhan zat gizi lainnya dapat terpenuhi.

Pola Pangan Harapan sebagai metode yang digunakan untuk menilai jumlah dan komposisi/ ketersediaan pangan dan untuk perencanaan konsumsi. Komponen yang harus diketahui guna mendapatkan skor PPH diantaranya, konsumsi energi & zat gizi total, persentase energi & zat gizi aktual, dan skor kecukupan energi & zat gizi. Pola Pangan Harapan dapat digunakan untuk menilai jumlah & ketersediaan pangan, indikator mutu gizi & keragaman konsumsi, dan sebagai data untuk estimasi kebutuhan pangan wilayah. Tercapainya penganekaragaman konsumsi pangan diukur melalui nilai komposisi pola pangan dan gizi seimbang, diimplementasikan dengan skor PPH maksimal 100 (Hardiansyah, 2007).

Pola konsumsi adalah susunan makanan yang mencakup jenis dan jumlah bahan makanan rata-rata per orang per hari yang umum dikonsumsi (Nurnaningsih, 2003). Pola konsumsi sebagai jenis pangan dan jumlah energi yang dikonsumsi penduduk (Junaedi, 2005). Pola konsumsi sebagai jumlah dan jenis pangan yang dikonsumsi seseorang atau sekelompok orang dalam waktu tertentu, yang dinyatakan dalam gram perkapita per hari (Ariani, 2008).

Pengukuran pola konsumsi dapat menggunakan pendekatan komposisi zat gizi dan pendekatan komposisi kelompok pangan melalui Pola Pangan Harapan (PPH). Pola Pangan Harapan berguna untuk menilai situasi ketersediaan konsumsi pangan, perencanaan pangan, perumusan kebijakan pangan, dan perencanaan pertanian di suatu wilayah (Ariani, 2008). Pengembangan ketahanan pangan berfungsi untuk pemenuhan gizi masyarakat sesuai anjuran standar gizi, guna membentuk sumber daya manusia yang ideal.

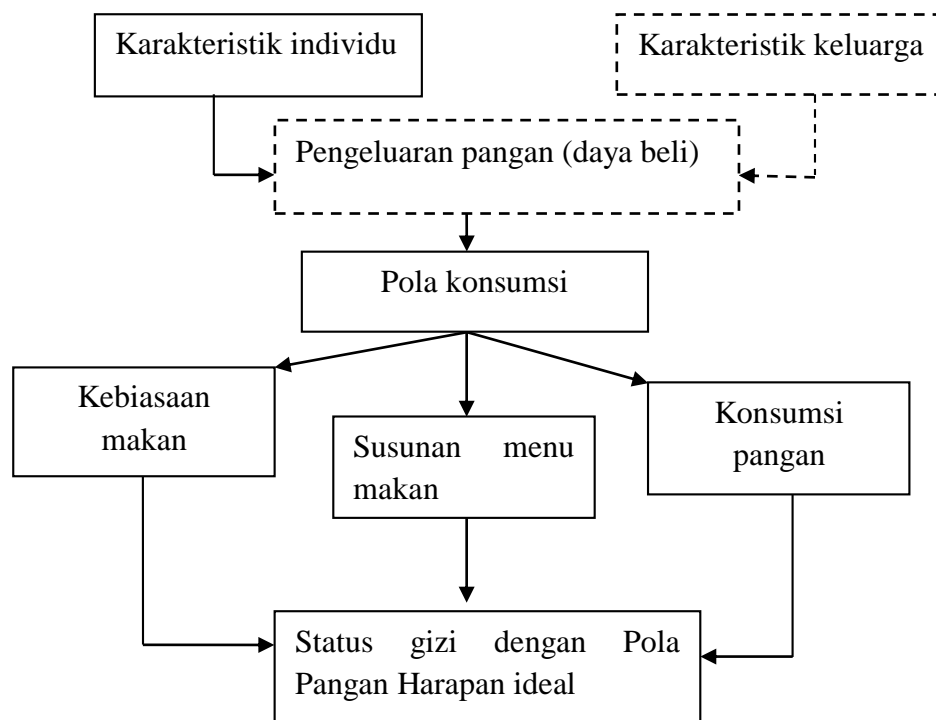
Perubahan pola konsumsi masyarakat dipengaruhi oleh perubahan lingkungan strategis baik nasional maupun internasional. Di tingkat nasional telah terjadi perubahan yang berkaitan dengan dinamika ekonomi, demografi, dan sosial budaya sebagai akibat keberhasilan pembangunan di bidang pertanian, pendidikan, kesehatan masyarakat, dan sebagainya. Permintaan pangan mengalami pergeseran sebagai akibat peningkatan pendapatan masyarakat, pergeseran nilai sosial budaya, dan status masyarakat (Hasan, 1994).

Kebutuhan akan konsumsi pangan perlu memerhatikan ketersediaan, pola konsumsi, dan keseimbangan jenis pangan guna memenuhi standar gizi. Pola konsumsi pangan dipengaruhi oleh pola makan, ketersediaan pangan, dan tingkat pendapatan. Pola konsumsi pangan masyarakat dipengaruhi oleh daya beli masyarakat. Faktor yang berpengaruh terhadap daya beli diantaranya, pendidikan, pekerjaan, dan tingkat pendapatan. Dimana pendapatan menentukan besaran daya beli yang akan berdampak pada status gizi masyarakat. Pola konsumsi pangan ditentukan oleh karakter individu yang meliputi umur, jenis kelamin, pendapatan dan karakteristik keluarga yang meliputi pekerjaan orang tua, pendapatan keluarga dan banyaknya anggota keluarga. Sehingga dapat terlihat status gizi individu atau keluarga.

Undang-undang No. 18 tahun 2012 tentang pangan adalah segala sesuatu yang berasal dari sumber hayati produk pertanian, perkebunan, kehutanan, perikanan, peternakan, perairan, dan air, baik yang diolah maupun tidak diolah yang diperuntukkan sebagai makanan atau minuman bagi konsumsi manusia, termasuk

bahan tambahan Pangan, bahan baku Pangan, dan bahan lainnya yang digunakan dalam proses penyiapan, pengolahan, dan/atau pembuatan makanan atau minuman.

Berikut ini adalah Kerangka pemikiran analisis pola konsumsi pangan di Desa Cilamaya Hilir Kecamatan Blanakan.



Keterangan :

- > Hubungan yang diteliti
- - - - -> Hubungan yang tidak diteliti
- Variabel yang diteliti
- Variabel yang tidak diteliti

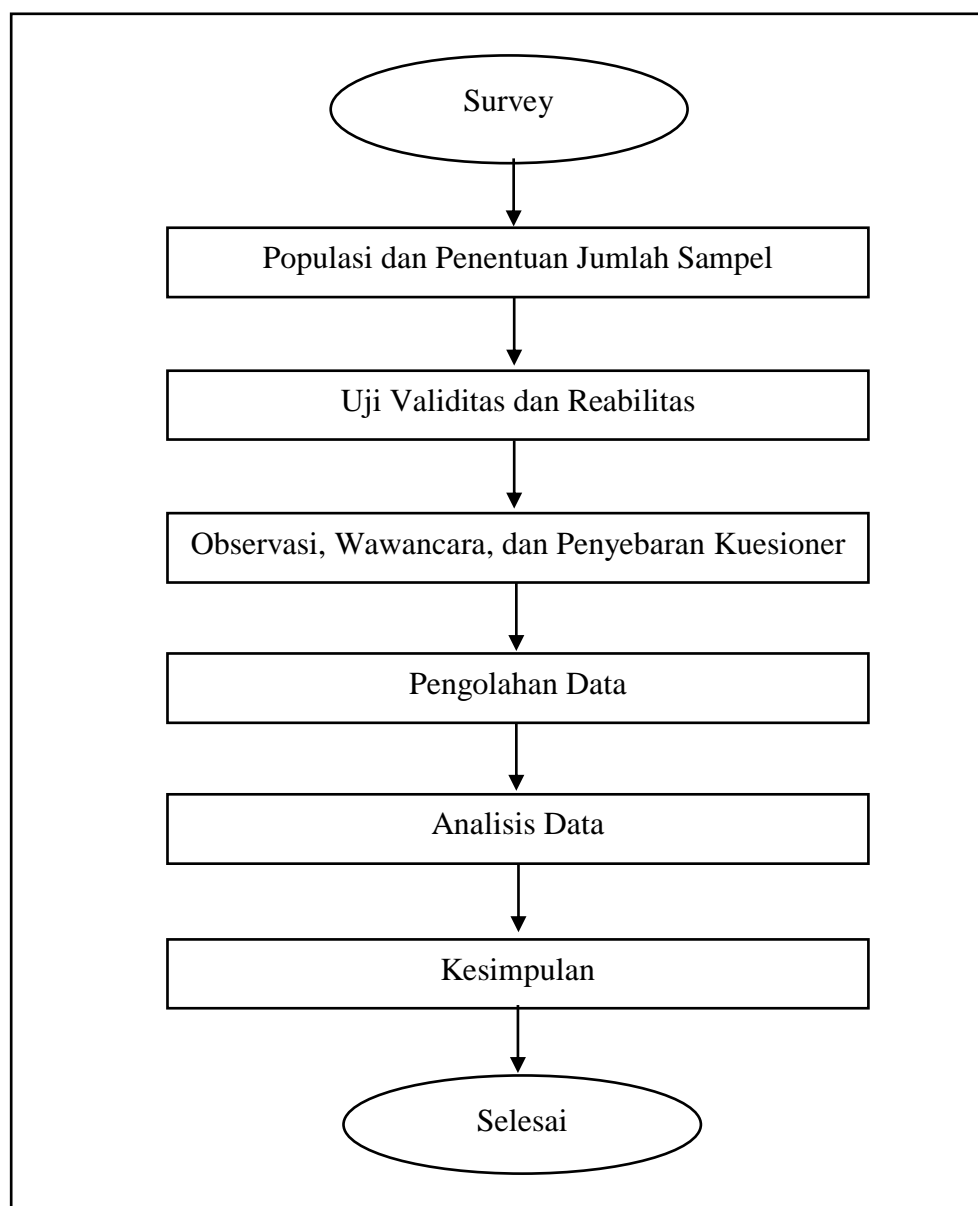
Gambar 1. Kerangka Pemikiran



Zat gizi adalah senyawa kimia yang terkandung dalam makanan yang pada gilirannya diserap dan diperlukan tubuh manusia untuk melakukan fungsinya, seperti menghasilkan energi, membangun dan memelihara jaringan, dan mengatur proses kehidupan (Aneftasari, 2016). Tubuh manusia memerlukan enam golongan zat gizi yaitu karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan air. Zat gizi tersebut dikelompokkan menjadi tiga golongan menurut fungsinya (triguna) yaitu zat gizi sebagai sumber tenaga yang diperoleh dari karbohidrat, protein dan lemak, sumber pembangun diperoleh dari protein, mineral dan air, dan sumber pengatur yang diperoleh dari protein, mineral, dan vitamin (Anwar, 2014). Pengetahuan gizi juga dapat memengaruhi konsumsi pangan seseorang. Dimana tingkat pengetahuan gizi seseorang akan memengaruhi dalam pemilihan bahan makanan dan konsumsi pangan yang tepat, beragam, berimbang, serta tidak menimbulkan penyakit (Dewi, 2013).

Rumus Slovin adalah sebuah rumus atau formula untuk menghitung jumlah sampel minimal apabila perilaku dari sebuah populasi tidak diketahui secara pasti. Rumus ini pertama kali diperkenalkan oleh Slovin pada tahun 1960. Rumus Slovin ini biasa digunakan dalam penelitian survey untuk menyederhanakan sampel yang jumlahnya besar guna mewakili keseluruhan populasi. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini, menggunakan sampel acak sederhana (*simple random sampling*). Dikatakan *simple* (sederhana) karena pengambilan sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memerhatikan strata yang ada dalam populasi itu, hal ini mengacu pendapat Sugiyono (2009).

Kuesioner yang dipakai untuk pengambilan data ditujukan kepada ibu rumah tangga dari masing-masing sampel. Hal ini dilakukan karena ibu rumah tangga yang bertanggungjawab dalam penyediaan konsumsi pangan keluarganya, sehingga dapat diketahui pangan apa saja yang dikonsumsi setiap hari guna memudahkan pengisian kuesioner.



Gambar 2. Alur Penelitian

#### **1.6. Hipotesis Penelitian**

Dari kerangka pemikiran di atas, maka diperoleh hipotesis bahwa diduga kondisi pengetahuan gizi dan pola konsumsi mempengaruhi nilai Pola Pangan Harapan (PPH) di desa Cilamaya Hilir Kecamatan Blanakan Kabupaten Subang.

#### **1.7. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian dilakukan pada bulan Desember 2017 sampai dengan selesai di Desa Cilamaya Hilir Kecamatan Blanakan Kabupaten Subang Provinsi Jawa Barat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier S. 2005. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. 2005. Bandung : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Alicia, A. 2010. *Konsumsi Kalsium dan Pola Makan Terhadap Kejadian Obesitas Remaja di SMPN 1 dan SMPN 3 Malang*. Skripsi. Universitas Brawijaya. Malang.
- Aneftasari, Ica. R. 2016. *Determinan Pola Pangan Harapan (PPH) pada Rumah Tangga Buruh Pengasin Ikan di Pulau Pasaran*. Skripsi. Universitas Lampung.
- Anwar K, Hardiansyah. 2014. *Konsumsi Pangan dan Gizi serta Skor Pola Pangan Harapan (PPH) pada Dewasa di Indonesia*.
- Ariani M. 2008. *Kajian Pola Konsumsi dan Permintaan Pangan serta Proyeksi Kebutuhan Pangan pada Repelita VI di Tiga Provinsi di Indonesia*. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- Azward, S. 2007. *Sikap Manusia, Teori dan Pengukurannya*. Jakarta : Pustaka Pelajar
- Badan Bimas Ketahanan Pangan. 2005. *Pola Pangan Harapan*, Jakarta.
- Badan Litbang Kesehatan. 2007. *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia Tahun 2007*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Badan Litbang Kesehatan. 2010. *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia Tahun 2010*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Badan Pusat Statistik. 2006. *Pengeluaran untuk Konsumsi Penduduk Indonesia 2006*. Jakarta: BPS.
- Baliwati YF. 2015. *Bahan Ajar Mata Kuliah Metode Penilaian Gizi Neraca Bahan Makanan*. Diklat Jurusan Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga. Fakultas Pertanian. Bogor: IPB.
- Budi, Gardita. 2005. *Laporan Tahunan Badan Ketahanan Pangan*. Kementerian Pertanian.
- Cahyaningsih. R. 2008. *Analisis Pola Konsumsi Pangan Di Provinsi Jawa Barat*. Tugas Akhir Fakultas Pertanian IPB. Bogor.
- Candra, Budiman. 2006. *Pengantar Kesehatan Lingkungan*. Jakarta :EGC.

- Depkes R.I. 2008. *Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Bagi Bangsa Indonesia*. Keputusan Menteri Kesehatan.
- Dewi, S.R. 2013. *Hubungan antara Pengetahuan Gizi, Sikap Terhadap Gizi, dan Pola Konsumsi Siswa Kelas XII Program Keahlian Jasa Boga di SMKN 6 Yogyakarta*. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta.
- Fachrina A. 2005. *Pola Konsumsi Pangan pada Rumah Tangga Miskin di Pedesaan dan Perkotaan di Lima Provinsi Pulau Jawa*. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- Ghulam, Angga. 2010. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Pemenuhan Pola Pangan Harapan Ditinjau Dari segi Daya Beli Konsumsi Pangan Tahun 2010*. Jakarta : Universitas Muhammadiyah Prof. DR.Hamka.
- Hair. Et all. 2010. *Tingkat Keandalan Cronbach's Alpha*. Multivariate Data Analysis. Kennesaw State University.
- Hardinsyah. 2007. *Review faktor determinan keragaman konsumsi pangan* : Pusat Studi Kebijakan Pangan dan Gizi. Lembaga Penelitian IPB dan Pusat Pengembangan Konsumsi Pangan. Badan Bimas Ketahanan Pangan Departemen Pertanian RI.
- Hardiansyah, Baliwati YF, Martianto D, Rachman HS, Widodo A, Subiyakto. 2001. *Pengembangan Konsumsi Pangan dengan Pendekatan Pola Pangan Harapan*. Bogor (ID) : Pusat Studi Kebijakan Pangan dan Gizi. Lembaga Penelitian IPB dan Pusat Pengembangan Konsumsi Pangan. Badan Bimas Ketahanan Pangan Departemen Pertanian RI.
- Harmonisasi PPH Nasional PPKP – BKP dan GMSK – IPB, 2002.
- Hasan, Ibrahim. 1994. *Mensukseskan Swasembada Pangan*. Majalah Pangan no 18, Vol V.
- Hasibuan, M. 2005. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta : Edisi 2.
- Hastono, Susanto Priyo, Luknis Sabri. 2011. *Statistik Kesehatan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Hasrawati. 2011. *Analisis Perencanaan Penyediaan Pangan Berdasarkan Pola Pangan Harapan (PPH) di Kabupaten Sinjai Provinsi Sulawesi Selatan*. Tesis. IPB, Bogor.
- Jalal, F. 2009. *Pengaruh Gizi dan Stimulasi Psikososial terhadap Pembentukan Kecerdasan Anak Usia Dini. Genda Pelayanan Tumbuh Kembang Anak Holistik-Integratif*.

- Junaedi. 2005. *Dinamika Pola Konsumsi Telur di Indonesia: Suatu Analisis Data Susenas*. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- Karina Dwi Handini, 2006. *Analisis dan Perencanaan Ketersediaan Pangan Berdasarkan Pola Pangan Harapan (PPH) di Provinsi Kepulauan Bangka Belitung*. Tugas Akhir Fakultas Pertanian, IPB. Bogor. ([repository.ipb.ac.id/bitstream/handle/123456789/50685/A06kdh.pdf](http://repository.ipb.ac.id/bitstream/handle/123456789/50685/A06kdh.pdf)) : Diakses pada tanggal 20 Oktober 2015.
- Kennedy G, Pedro MR, Seghieri C, Nantel G, Brouner I. 2007. *Dietary diversity score is a Useful indicator of micronutrient intake in non-breast-feeding filipino children*. J nutr.
- Khumaidi, M. 2004. *Gizi Masyarakat*. BPK Gunung Mulia, Jakarta.
- Martianto, Drajat. 2003. *Jurnal Ketahanan Pangan dan Gizi*. <http://repository.ipb.ac.id/bitstream/handle/123456789/51642/drajat%20martianto%20-%200001.pdf?sequence=2>. Bogor.
- Mayank.W. 2012. *Hubungan Antara Karakteristik, Pengetahuan dan Sikap Masyarakat dengan Pemenuhan Kriteria Rumah Sehat di Desa Jagabita , Kecamatan Parung Panjang, Kabupaten Bogor, Jawa Barat, 2012*, Universitas Muhammdiyah Prof. DR. Hamka, Jakarta Selatan
- Nurfarma M. 2005. *Dampak Krisis Ekonomi Terhadap Pola Konsumsi dan Permintaan Pangan Rumah Tangga di Provinsi Sumatera Barat*. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- Nurnaningsih N. 2003. *Pengembangan Pola Konsumsi Pangan Penduduk dengan Pendekatan Pola Pangan Harapan (PPH) di Kabupaten Tasikmalaya Provinsi Jawa Barat*. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- Oswarl,E. 2010. *Menyongkong Usia Lanjut dengan Burgar dan Bahagia*. Pustaka Sinar Harapan, Jakarta.
- Peraturan Pemerintah R.I No 22 Tahun 2009. Tentang Percepatan Keanekaragaman Konsumsi Pangan Berbasis Sumber Daya Lokal. Jakarta: Departemen Kesehatan R.I
- Persatuan Ahli Gizi Indonesia (PERSAGI). 2009. *Kamus Gizi Pelengkap Kesehatan Keluarga*. Kompas Media Nusantara. Jakarta.
- Powers, P. S. 2010. *Obesity : The Regulation Of Weight*. Waverly Press, London.

- Pranoto, Endro. 2008. *Potensi Wilayah Komoditas Pertanian dalam Mendukung Ketahanan Pangan Berbasis Agribisnis Kabupaten Banyumas*. Program Pasca Sarjana, Universitas Diponegoro.
- Prasetyo TJ, Hardiansyah, Sinaga T. 2013. *Konsumsi Pangan dan Gizi Serta Skor Pola Pangan Harapan (PPH) pada anak di Indonesia*.
- Profil Desa Cilamaya Hilir Tahun 2016.
- Puspita, R. 2013. *Konsumsi Lemak dan Gula Pada Pegawai yang Mengalami Gizi Lebih Usia 40 tahun ke atas*. Tugas Akhir Fakultas Pertanian IPB. Bogor.
- Putri, I. S. 2015. *Kajian Mengenai Berbagai Metode Penilaian Keragaman Konsumsi Pangan Rumah Tangga*. Fakultas Teknologi Pertanian. Institute Pertanian Bogor, Bogor.
- Sawit, M.H.dkk. 1997. *Perubahan Pola Konsumsi Hortikultura di Indonesia*. Pusat Penelitian Sosial Ekonomi Peranian, Badan Litbang Pertanian, Departemen Pertanian.
- Sugihantono,A. 2014. *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta : Direktorat Bina Gizi Masyarakat.
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Pustaka Alfabeta, Bandung.
- Suhardjo. 1998. *Konsep dan Kebijakan Diversifikasi Konsumsi Pangan dalam Rangka Ketahanan Pangan*. Prosiding WNPG VI. LIPI, Jakarta.
- Supariasa IDN, Bachyar B, Ibnu F. 2001. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : EGC.
- Swindale A, Bilinsky P. 2005. *Household Dietary Score (HDDS) for Measurement of Household Food Acces : Indicator Guide*. Washington (US) : FANTA.
- Sugiyono. 2009. *Statistika Untuk Penelitian*. Alfabeta. Bandung
- Teguh Jati, dkk. 2013. *Konsumsi Pangan dan Gizi Serta Skor Pola Pangan Harapan (PPH) Pada Anak Usia 2-6 tahun di Indonesia*. IPB
- Torheim LE, Ouattara F, Diarra MM, Thiam FD, Barikmo I, Hatloy A, Oshaug A.2004. *Nutrient adequacy and dietary diversity in rural Mali*.
- Undang-Undang R.I No 18 Tahun 2012 Tentang Pangan. Jakarta: Departemen Kesehatan R.I.

Widajanti, L. 2009. Survey Konsumsi Gizi Semarang : Badan Penerbit Universitas Diponegoro.

World Healty Organization (WHO) – UNICEF. Panduan *Pelatihan Konseling Konsumsi Sayur dan Buah*. WHO-UNICEF, Jakarta,2013.